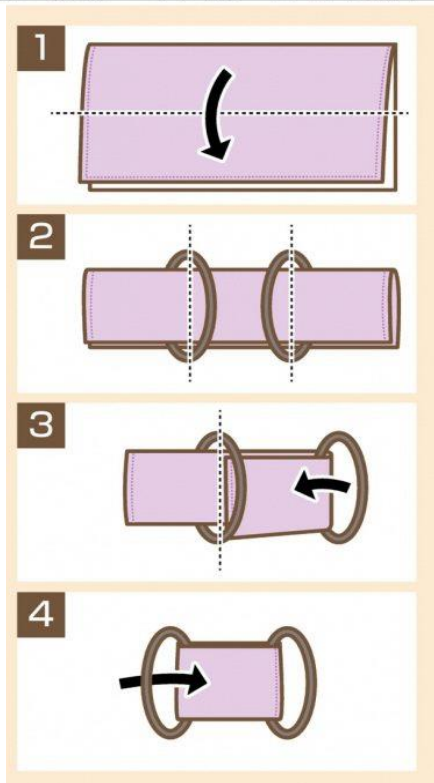


新型コロナウイルス感染症の流行については、日々状況が変化しています。感染防止の行動を心がけることは、自身のリスクを下げるだけでなく多くの人々の重症化を食い止め命を救うことに繋がります。

家庭では、依然マスク不足が続いているため簡単なマスク作りをご紹介します。

### ◆ハンカチマスクの作り方◆



ハンカチとゴムを2本用意します。ハンカチは、洗ったままのものが柔らかくていいようです。

ハンカチを広げ真ん中で折り返し、もう一度折り返します。

両端からゴムを入れます。

両端から真ん中に向けてたたみます。

片方の端を反対側の布の間に挟みこみます。  
出来上がりです。

※川辺のホームページを参考に作成

### ◆キッチンペーパーマスクの作り方◆



①

キッチンペーパーを 1.5cm 幅のジャバラに折ります。



②

両端にホチキスで輪ゴムを止めます。  
大きさはホチキスの位置で調整しましょう。

※写真：警視庁ホームページ

これらの手作りマスクは感染予防の効果でなく、自分の咳やくしゃみが飛散するのを防ぐための咳エチケットには十分です。清潔なものを使用しましょう。

